

## **PROFIEL VAN EEN ZORGMAATJE**

### **Hoe ziet een zorgmaatje eruit?**

#### **Je voldoet aan de volgende voorwaarden:**

- Je voelt je betrokken bij kwetsbare mensen met een klein netwerk.
- Je bent bereid om met je maatje in een periode van zijn/haar leven op te trekken.
- Je wilt graag iets betekenen voor anderen.
- Je bent bereid tot het volgen van de cursus tot zorgmaatje en de verdere teambijeenkomsten.

#### **Je bezit de volgende eigenschappen:**

- Je kunt je inleven in anderen.
- Je kunt je afstemmen op de ander.
- Je bent eerlijk, trouw en onbevooroordeeld.
- Je staat open voor verhalen die zowel leuk en gezellig als zwaar en/of verdrietig kunnen zijn.
- Als het nodig is, kun je hulp van anderen inroepen.

#### **Taken van een zorgmaatje:**

- Met een van tevoren afgestemde regelmaat bezoek je je maatje.
- Je ondersteunt het herstellen en vergroten van het netwerk van je maatje, zowel in de persoonlijke sfeer als met welzijnsinstellingen en activiteiten.
- Je bent bereid om je minimaal een jaar in te zetten. Maar, het aantal uren dat je met regelmaat beschikbaar bent, bepaal je zelf. Maak dus van tevoren een realistische inschatting van je mogelijkheden, zodat er een goede maatjes-koppeling gemaakt kan worden.

#### **Wat kun je verwachten als zorgmaatje?**

- Een professionele (drie/ vier dagdelen) training rond communicatie, netwerken, eenzaamheid en praktijk.
- Jaarlijkse bijscholing.
- Ondersteuning en coaching van een lokale coördinator.
- Uitwisseling van kennis en ervaring met collega-zorgmaatjes.
- Leuke en dankbare contacten waarbij je midden in de samenleving staat.